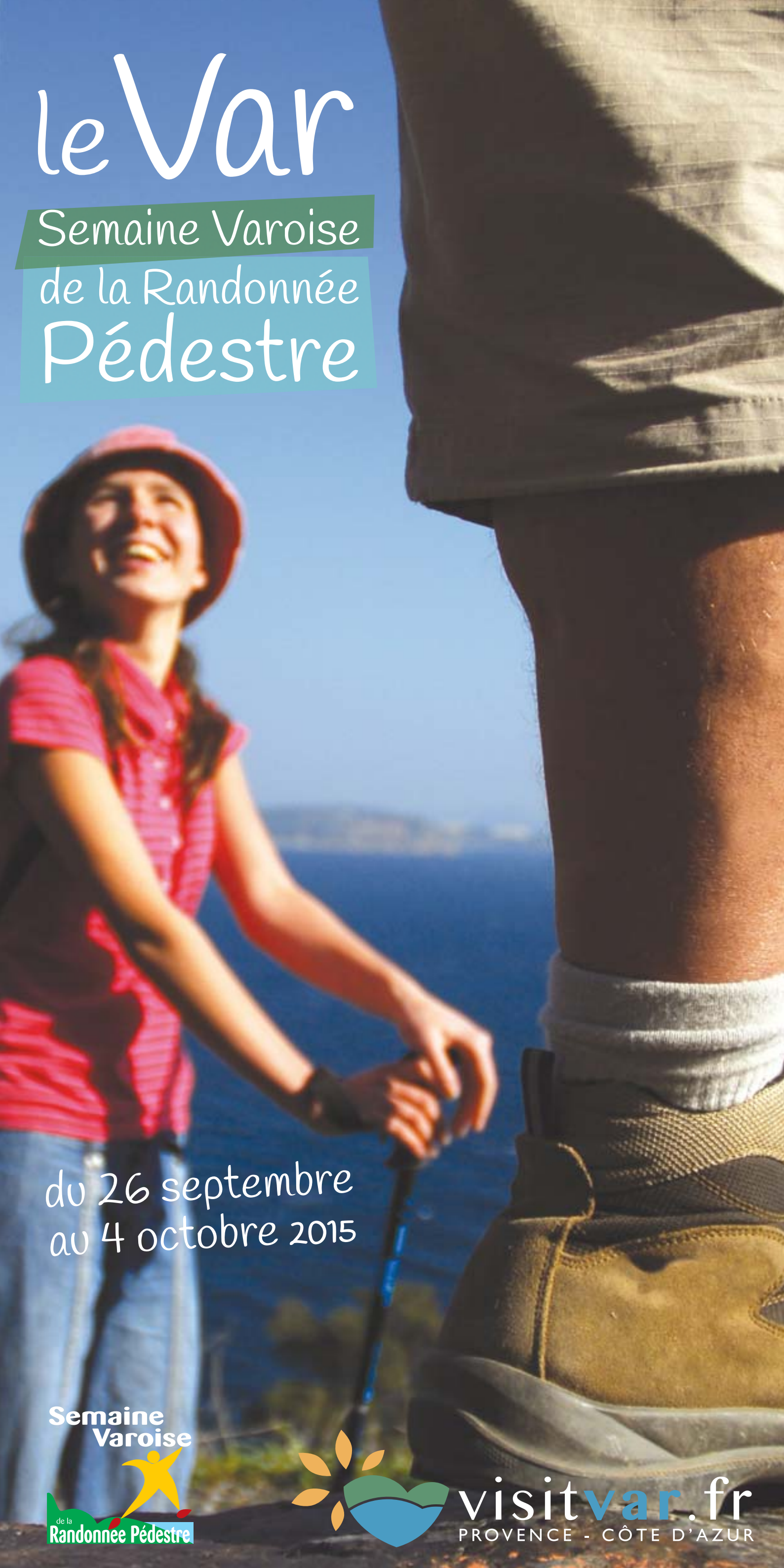

le Var
Semaine Varoise
de la Randonnée
Pédestre
du 26 septembre
au 4 octobre 2015
Semaine
Varoise
de la
Randonnée Pédestre
visitvar.fr
PROVENCE - CÔTE D'AZUR



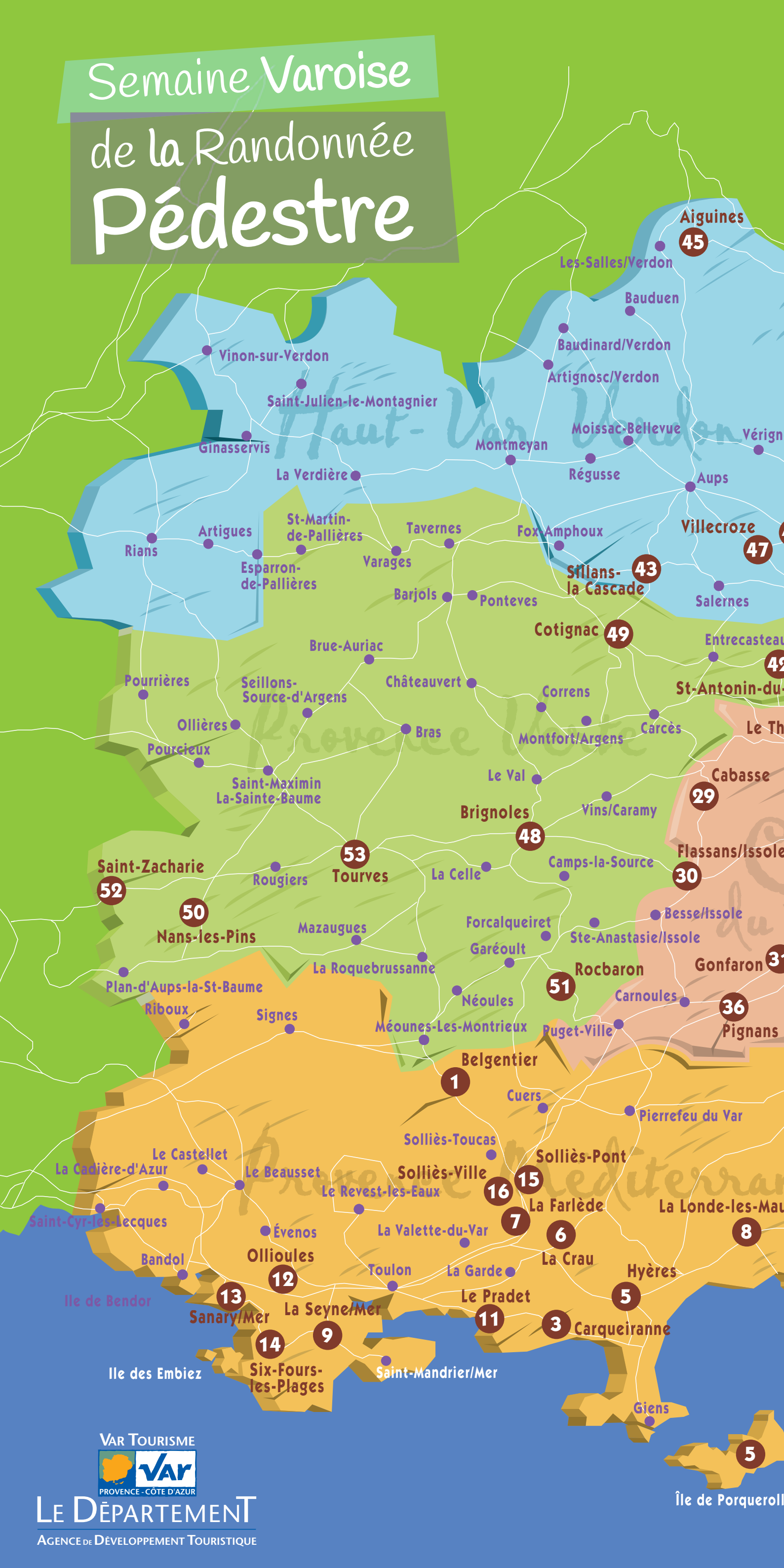
Le Var

Semaine Varoise de la Randonnée Pédestre

sommaire



26 septembre au 4 octobre 2015


Semaine Varoise
de la Randonnée
Pédestre
Haut-Var Verdon
Provence Verte
Provence Méditerranée
Aiguines
45
Les-Salles/Verdon
Bauduen
Baudinard/Verdon
Artignosc/Verdon
Vinon-sur-Verdon
Saint-Julien-le-Montagnier
Ginasservis
Moissac-Bellevue
Montmeyan
Régusse
Aups
La Verdière
Rians
Artigues
Esparron-de-Pallières
St-Martin-de-Pallières
Varages
Tavernes
Fox Amphoux
Villecroze
47
Sillans-la Cascade
43
Salernes
Barjols
Ponteves
Cotignac
49
Entrecasteaux
St-Antonin-du-
Brue-Auriac
Pourrières
Seillons-Source-d'Argens
Châteauvert
Correns
Carcès
Ollières
Bras
Montfort/Argens
Pourcieux
Saint-Maximin La-Sainte-Baume
Le Val
Cabasse
29
Vins/Caramy
Brignoles
48
Flassans/Issole
30
Saint-Zacharie
52
Rougiers
53
Tourves
La Celle
Camps-la-Source
50
Nans-les-Pins
Mazaugues
Forcalqueiret
Besse/Issole
Ste-Anastasie/Issole
Garéoult
Rocbaron
Gonfaron
La Roquebrussanne
51
Plan-d'Aups-la-St-Baume
Néoules
Carnoules
36
Pignans
Riboux
Signes
Méounes-Les-Montrieux
Puget-Ville
Belgentier
1
Cuers
Pierrefeu du Var
Solliès-Toucas
Le Castellet
Solliès-Pont
La Cadière-d'Azur
Le Beausset
Solliès-Ville
15
16
Le Revest-les-Eaux
La Farlède
Saint-Cyr-les-Lecques
7
La Londe-les-Mau
8
Évenos
La Valette-du-Var
6
Ollioules
12
La Crau
Bandol
Toulon
La Garde
Hyères
Ile de Bendor
13
Le Pradet
5
Sanary/Mer
La Seyne/Mer
11
3
Carqueiranne
14
9
Ile des Embiez
Six-Fours-les-Plages
Saint-Mandrier/Mer
Giens
5
Île de Porqueroll
Var Tourisme
Var
Provence - Côte d'Azur
Le Département
Agence de Développement Touristique

Le Var

Le Bourguet
Trigance
Brenon
Châteauvieux
La Martre
La Bastide
Verdon
Bargème
La Roque-Esclapon
Comps-sur-Artuby
27 Mons
Seillans
28
Fayence
Callian
Montauroux
Tourrettes
Tanneron
Pays de Fayence
Montferrat
Bargemon
Ampus
Châteaudouble
Callas
Claviers
Figanières
46
Tourtour
Saint-Paul-en-Forêt
Flayosc
38
37 Draguignan
Dracénie
22
Bagnols-en-Forêt
24
Les Adrets-de l'Esterel
La Motte
Trans-en-Provence
39
41
Lorgues
Le Muy
40
Estérel
Puget-sur-Argens
Les Arcs/Argens
25
Saint-Raphaël
Agay
26
Taradeau
44
Vidauban
Roquebrune-sur-Argens
23
Fréjus
34
Le Cannet-des-Maures
32
33
Le Luc
Saint-Aygulf
Les Issambres
Plan-de-la-Tour
La Garde-Freinet
19
Sainte-Maxime
Golfe de Saint-Tropez
35
Les Mayons
Grimaud
Cogolin
Saint-Tropez
Gassin
4
Collobrières
La Mole
La Croix-Valmer
18
20
Ramatuelle
Cavalaire/Mer
17
Le Rayol-Canadel
21
Bormes-les-Mimosas
2
10
Le Lavandou
Ile du Levant
Île de Port-Cros

53
Communes Participantes

26 septembre
au 4 octobre
2015

visitvar.fr
PROVENCE - CÔTE D'AZUR

quelques **recommandations** à l'usage du **randonneur**

Vivre une belle **randonnée**

- Chaussures de marche obligatoires, pouvant aller dans l'eau,
- prévoir boissons (1 litre d'eau est conseillé),
- prévoir nourriture, ou un pique-nique selon les cas,
- prévoir un vêtement chaud, un kway et un chapeau.

Ne jouez pas avec **le feu**

Cigarettes, allumettes, réchaud… le Var est un département boisé, souffrant de sécheresse chaque été. Faites attention !

- Ne faites pas de camping sauvage,
- ne faites pas de feux en forêt ou sur la plage,
- ne fumez pas dans un environnement boisé et ne jetez pas vos mégots par la fenêtre.

Soyez **écolos** et **discrets**

La nature n'aime pas les déchets ni les nuisances sonores, respectez la ! Profitez et amusez-vous tout en sachant rester discret pour la faune et la flore, ainsi que pour vos voisins de plage ou de balade.

- Jetez vos détritus (papiers, mégots, restes de pique-nique) à la poubelle,
- respectez les aires de pique-nique,
- respectez les propriétés privées,
- ne cueillez pas les fleurs.

Soyez **prudents**

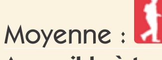
- Respectez les sentiers et chemins balisés, et les sites fermés au public,
- renseignez-vous sur la fermeture des massifs forestiers (auprès des Offices de Tourisme) et les conditions météo avant de partir en balade (sur terre comme sur mer),
- respectez les conditions de pratique des activités,
- prévoir un sac à dos, une bouteille d'eau, une casquette, lunettes de soleil, prévoir un pique nique selon la balade ou un petit en-cas en cas de creux,
- nos amis les chiens même tenus en laisse ne sont pas autorisés à accompagner leur maître sur toutes les balades. Renseignez-vous,
- sachez que les sorties sont tributaires des conditions météorologiques et des plans « alarme incendie ».

les **niveaux** de **difficulté** **des** randonnées

Tous les circuits ou toutes les balades ne requièrent pas les mêmes aptitudes et nous avons par conséquent défini 3 niveaux de difficulté, en fonction de plusieurs critères : le nombre d'heures de marche dans une journée ou demi-journée, le dénivelé, la distance à parcourir. Les heures de marche sont effectives (hors pauses), calculées en moyenne et peuvent varier en fonction des capacités du groupe. Vérifiez que la randonnée corresponde bien à votre niveau (voir tableau des niveaux de difficulté).

Facile :


Accessible à tous, dénivelé de moins de 200 mètres, 5 km maximum, 2 à 3 heures de marche maximum. Sentiers ou chemins presque plats.

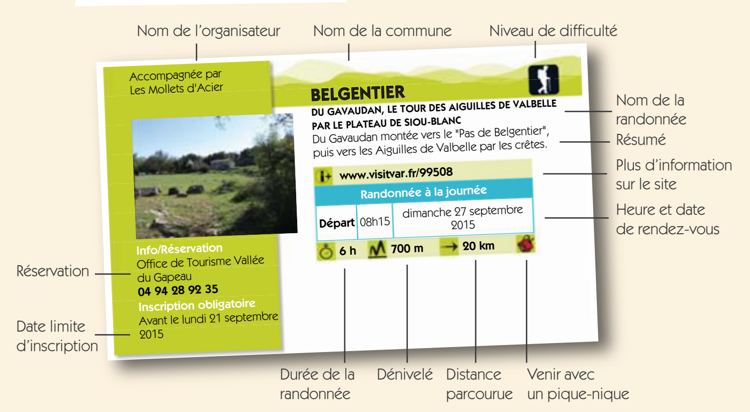
Moyenne :


Accessible à tous, en bonne condition physique. Dénivelé entre 200 et 400 mètres, de 10 à 15 km, 3 à 5 heures de marche maximum.

Difficile :

Accessible à des randonneurs chevronnés, bénéficiant d'une bonne préparation physique, dénivelé de 400 mètres et plus (maxi 1 000 mètres), 15 km minimum, 5 à 8 heures de marche maximum.

Mode d'emploi



Vos randonnées sur : **www.visitvar.fr**

Retrouvez plus d'informations sur chaque randonnée en tapant directement l'adresse internet inscrite sur le pavé.
Exemple : www.visitvar.fr/98675

Provence Méditerranée



1

Accompagnée par
Les Mollets d'Acier

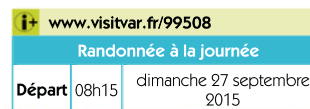


Info/Réservation
Office de Tourisme Vallée du Gapeau
04 94 28 92 35
Inscription obligatoire
Avant le lundi 21 septembre 2015

BELGENTIER

DU GAVAUDAN, LE TOUR DES AIGUILLES DE VALBELLE PAR LE PLATEAU DE SIOU-BLANC

Du Gavaudan montée vers le "Pas de Belgentier", puis vers les Aiguilles de Valbelle par les crêtes.



www.visitvar.fr/99508

Randonnée à la journée		
Départ	08h15	dimanche 27 septembre 2015

6 h · **700 m** · **20 km**

1

Accompagnée par
Leï Draouïn



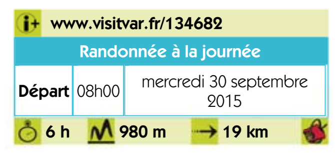
Info/Réservation
Office de Tourisme Vallée du Gapeau
04 94 28 92 35
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015

BELGENTIER



LE GRAND PUY

Randonnée le long du Gapeau, passage devant la chartreuse de Montrieux, ascension du « Grand Puy », aperçu de l'Arche Naturelle retour par le Pas de Belgentier.



www.visitvar.fr/134682

Randonnée à la journée		
Départ	08h00	mercredi 30 septembre 2015

6 h · **980 m** · **19 km**

2

Accompagnée par
DPLB et le club de l'amitié



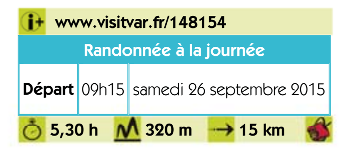
Info/Réservation
Office de Tourisme Bormes-les-Mimosas
04 94 01 38 38
Inscription obligatoire
Avant le mardi 22 septembre 2015

BORMES-LES-MIMOSAS



LA FAVIERE, BREGANCON ET LES HAUTEURS DU CAP BENAT

Départ pour la plage de Cabasson et le Fort de Brégançon par le vallon du Cardénon et la piste de Vincennes.



www.visitvar.fr/148154

Randonnée à la journée		
Départ	09h15	samedi 26 septembre 2015

5,30 h · **320 m** · **15 km**

Semaine Varoise

2

Accompagnée par
DPLB et club de l'amitié



Info/Réservation
Office de Tourisme Bormes-les-Mimosas
04 94 01 38 38
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 24 septembre 2015

BORMES-LES-MIMOSAS

LE VILLAGE ET L'ARRIERE PAYS BORMEEN
Découverte du vieux Bormes et passage par le parc des Mimosas pour rejoindre le vallon d'Entre-Colle.

www.visitvar.fr/148146

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	lundi 28 septembre 2015

6 h — **450 m** — **17 km**

2

Accompagnée par
DPLB et club de l'amitié



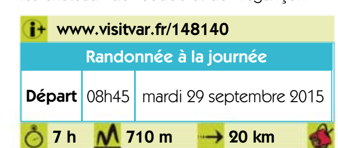
Info/Réservation
Office de Tourisme Bormes-les-Mimosas
04 94 01 38 38
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015

BORMES-LES-MIMOSAS



LES COLLINES DE LEOUBE ET DE BREGANCON
Monter par les crêtes de l'Angueiroun pour dominer le lac du Trapan. Vue panoramique sur les châteaux de Léoube et de Brégançon !

www.visitvar.fr/148140



Randonnée à la journée		
Départ	08h45	mardi 29 septembre 2015

7 h — **710 m** — **20 km**

2

Accompagnée par
DPLB et le club de l'amitié



Info/Réservation
Office de Tourisme Bormes-les-Mimosas
04 94 01 38 38
Inscription obligatoire
Avant le samedi 26 septembre 2015

BORMES-LES-MIMOSAS



LES CRETES ET VALLONS DES MAURES BORMEENNES
Depuis le col de Gratteloup, balade dans le vallon de Fumas, du Mistral et de Labade. Passage par les cols de Labade et du Landon.

www.visitvar.fr/148161

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	mercredi 30 septembre 2015

5,30 h — **580 m** — **15 km**

2

Accompagnée par
DLPB et Le Club de l'Amitié



Info/Réservation
Office de Tourisme Bormes-les-Mimosas
04 94 01 38 38
Inscription obligatoire
Avant le dimanche 27 septembre 2015

BORMES-LES-MIMOSAS

LES HAUTEURS DU CAP BENAT

Depuis le lieu-dit « Le patelin », contournement du village-vacances de La Manne pour rejoindre la piste de Vincennes puis le village des Fourches.

www.visitvar.fr/115668

Randonnée à la journée		
Départ	08h45	jeudi 1 octobre 2015

6,30 h · **680 m** · **20 km**

2

Accompagnée par
DLPB et Le Club de l'Amitié



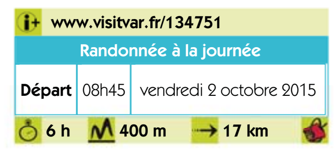
Info/Réservation
Office de Tourisme Bormes-les-Mimosas
04 94 01 38 38
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015



BORMES-LES-MIMOSAS

LA FORET AMAZONIENNE DE FONT-FREYE

Depuis le col de Barral, cheminement sur la piste descendant au « Clos Charlot» pour atteindre la colline Bourdon puis les ruines de l'ancien hameau de Front-Freye.



www.visitvar.fr/134751

Randonnée à la journée		
Départ	08h45	vendredi 2 octobre 2015

6 h · **400 m** · **17 km**

3

Accompagnée par
Carquei'Rando



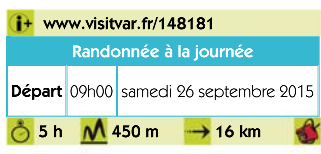
Info/Réservation
Point Info Tourisme Carqueiranne
04 94 23 44 67
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015 à 12h



CARQUEIRANNE

SITE DES OURSINIERES PAR LES 3 FORTS DE CARQUEIRANNE

Départ du parking de l'ensemble du groupe en passant par la promenade Pompidou particulièrement agréable prendre la rue de la Salamone admirer un lentisque centenaire, prendre la piste de la colle noire en passant par le fort de la Bayarde.



www.visitvar.fr/148181

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	samedi 26 septembre 2015

5 h · **450 m** · **16 km**

Semaine Varoise

3

Accompagnée par
Carquei'Rando





CARQUEIRANNE

LES 3 COLLINES DE CARQUEIRANNE

Départ de la mairie en passant par le parc St Vincent…le tennis club et enfin le petit lac qui a attiré bon nombre de Carqueiranais et de touristes.

www.visitvar.fr/148172

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	mardi 29 septembre 2015

6 h — **750 m** — **18 km**

Info/Réservation
Point Info Tourisme
Carqueiranne
04 94 23 44 67
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015 avant 12h

3

Accompagnée par
Carquei'Rando



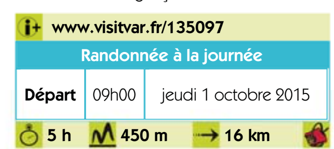




CARQUEIRANNE

LE CHATEAU DE BREGANÇON - BARRAGE DU TRAPAN

Départ du barrage du Trapan, exploité par la société du canal de Provence, pour monter sur la ligne de crête avec vues sur les châteaux du Léoube et de Brégançon et leurs cultures viticoles.



www.visitvar.fr/135097

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	jeudi 1 octobre 2015

5 h — **450 m** — **16 km**

Info/Réservation
Point Info Tourisme
Carqueiranne
04 94 23 44 67
Inscription obligatoire
Avant le mercredi 30 septembre 2015 à 12h

4

Accompagnée par
Les Baladeurs des Maures





COLLOBRIERES

LAMBERT ET LAQUINA

A la découverte du plateau Lambert et du sommet Laquina avec pour récompense un panorama sur les Iles d'Or !

www.visitvar.fr/147270

Randonnée à la journée		
Départ	09h30	mardi 29 septembre 2015

4,30 h — **550 m** — **15 km**

Info/Réservation
Office de Tourisme
Collobrières
04 94 48 08 00
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015

5

Accompagnée par Camina



Info/Réservation
Office de Tourisme Hyères
04 94 01 84 50
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015



HYERES

LES SENTES DE LA BASCULE

La Levée du Ceinturon et la Bascule bordent et protègent de l'impétuosité du Roubaud les jardins et les habitations avoisinantes.

www.visitvar.fr/148360

Balade à la demi journée		
Départ	13h00	samedi 26 septembre 2015

4 h | **0 m** | **12 km**

5

Accompagnée par Camina



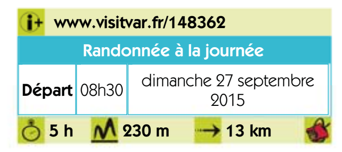
Info/Réservation
Office de Tourisme Hyères
04 94 01 84 50
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 26 septembre 2015



HYERES

LE VALLON DE FORTUNE ILE DE PORQUEROLLES

Rachetée au 4/5 par l'Etat en 1971, Porquerolles est une île protégée amoureusement qu'aucun programme immobilier anarchique ne pourra défigurer.



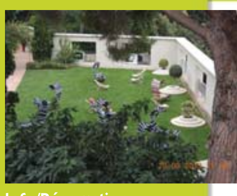
www.visitvar.fr/148362

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	dimanche 27 septembre 2015

5 h | **230 m** | **13 km**

5

Accompagnée par Camina



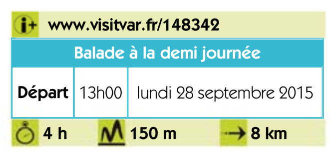
Info/Réservation
Office de Tourisme Hyères
04 94 01 84 50
Inscription obligatoire
Avant le samedi 26 septembre 2015



HYERES

HYERES SES PALMIERS ET SES JARDINS

Hyères est la ville le plus au sud de la Provence (et une des plus ensoleillée), sur le même parallèle que le Cap Corse et Florence en Italie.



www.visitvar.fr/148342

Balade à la demi journée		
Départ	13h00	lundi 28 septembre 2015

4 h | **150 m** | **8 km**

Semaine Varoise

5

Accompagnée par
Camina



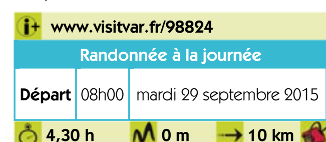
Info/Réservation
Office de Tourisme Hyères
04 94 01 84 50
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015

HYERES



REFLETS DES VIEUX SALINS

Site naturel remarquable labellisé « zone humide d'importance internationale», les Salins d'Hyères sont composés des Vieux Salins et des Salins des Pesquiers



www.visitvar.fr/98824

Randonnée à la journée		
Départ	08h00	mardi 29 septembre 2015

4,30 h | **0 m** | **10 km**

5

Accompagnée par
Camina

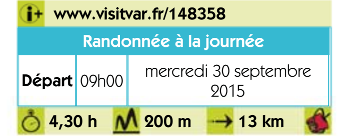


Info/Réservation
Office de Tourisme Hyères
04 94 01 84 50
Inscription obligatoire
Avant le mardi 29 septembre 2015

HYERES

LES BERGES DU GAPEAU

Le Gapeau débute son cours au pied du massif de la Sainte-Baume et trouve son embouchure aux Salins d'Hyères.



www.visitvar.fr/148358

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	mercredi 30 septembre 2015

4,30 h | **200 m** | **13 km**

5

Accompagnée par
La Draille Hyèroise

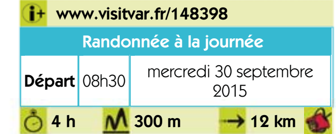


Info/Réservation
Office de Tourisme Hyères
04 94 01 84 50
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015

HYERES

PRESQU'ILE DE GIENS : LE COUCHANT

En suivant le sentier du littoral, direction la calanque du Four à chaux, le pain de sucre, la pointe des chevaliers, la pointe de l'Escampo –Barriou, la pointe du Rabat, la plage des Darboussières et retour à La Madrague.



www.visitvar.fr/148398

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	mercredi 30 septembre 2015

4 h | **300 m** | **12 km**

5

Accompagnée par
La Draille Hyèroise



Info/Réservation
Office de Tourisme Hyères
04 94 01 84 50
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015

HYERES

PRESQUILE DE GIENS : LE LEVANT
La balade commencera à la pinède de La Badine en suivant le sentier du littoral.

www.visitvar.fr/148397

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	mercredi 30 septembre 2015

4 h · 300 m · 10 km

5

Accompagnée par
Camina



Info/Réservation
Office de Tourisme Hyères
04 94 01 84 50
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015

HYERES

LES CABANES DU GAPEAU
Une balade, les mains dans les poches…

www.visitvar.fr/148359

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	vendredi 2 octobre 2015

4 h · 0 m · 13 km

5

Accompagnée par
Les Randonneurs Hyèrois



Info/Réservation
Office de Tourisme Hyères
04 94 01 84 50
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015

HYERES



AU COEUR DES BORRELS
A la découverte des Borrels : l'écrin vert de la commune de Hyères.

www.visitvar.fr/148361

Balade à la demi journée		
Départ	13h30	samedi 3 octobre 2015

2,45 h · 300 m · 6 km

5

Accompagnée par
Camina



Info/Réservation
Office de Tourisme Hyères
04 94 01 84 50
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 2 octobre 2015



HYERES

LES BALCONS DE GIENS

Les Plages de la Bergerie, de la Badine, de la Baume, du Pradeau, mais aussi le Cap de l'Estérel pour découvrir Porquerolles, la Tour Fondue, le Port Auguier, Giens et le Port du Niel, pour enfin revenir en longeant le marais des Pesquiers et le Pousset…

www.visitvar.fr/148344

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	samedi 3 octobre 2015

5 h — **180 m** — **15 km**

5

Accompagnée par
Camina



Info/Réservation
Office de Tourisme Hyères
04 94 01 84 50
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 2 octobre 2015



HYERES

LE PUITS AUX FEES PORT-CROS

Une traversée aux allures de croisière… et nous voici dans le Parc National de Port-Cros

www.visitvar.fr/115568

Randonnée à la journée		
Départ	08h45	dimanche 4 octobre 2015

5 h — **450 m** — **15 km**

6

Accompagnée par
Lei Sauto Valat Rando



Info/Réservation
Office de Tourisme La Crau
04 94 66 14 48
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015



LA CRAU

LA BATAILLE DE L'ARC

Balade sur les Domaines de « SIGALOUS » et de « La MAYONETTE » en passant par l'Oppidum du camp romain situé sur les crêtes des collines avoisinantes dominant les vallées de Sauvebonne et de Cuers jusqu'à Pierrefeu.

www.visitvar.fr/147956

Balade à la demi journée		
Départ	12h45	samedi 26 septembre 2015

3 h — **250 m** — **7 km**

6

Accompagnée par
Lei Sauto Valat Rando



Info/Réservation
Office de Tourisme La Crau
04 94 66 14 48
Inscription obligatoire
Avant le mardi 29 septembre 2015



LA CRAU

DES MARISTES DE MONTBEL A DON BOSCO DE LA NAVARRE

Balade sur le Domaine de la Navarre et les collines avoisinantes jusqu'au Dolmen de Montbel.

www.visitvar.fr/147962

Balade à la demi journée		
Départ	12h45	mercredi 30 septembre 2015

3 h | 250 m | 7 km

6

Accompagnée par
Lei Sauto Valat Rando



Info/Réservation
Office de Tourisme La Crau
04 94 66 14 48
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015



LA CRAU

LES FOURS A CADE DANS LE VAR

Découverte du Domaine de La Navarre (son histoire) et randonnée autour du domaine.

www.visitvar.fr/147974

Balade à la demi journée		
Départ	12h45	vendredi 2 octobre 2015

3 h | 250 m | 7 km

6

Accompagnée par
Lei Sauto Valat Rando



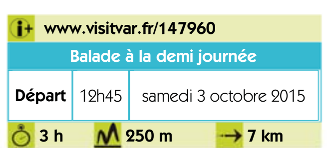
Info/Réservation
Office de Tourisme La Crau
04 94 66 14 48
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 2 octobre à 17h00



LA CRAU

LE MOULIN EN NARBONNAISE

Balade de 7 km dans le Massif du Mont Redon 191 m d'altitude et sur le Domaine des Mesclances.



www.visitvar.fr/147960

Balade à la demi journée		
Départ	12h45	samedi 3 octobre 2015

3 h | 250 m | 7 km

7

Accompagnée par
Club du Temps Libre



Info/Réservation
Office de Tourisme Vallée du Gapeau
04 94 28 92 35
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015



LA FARLEDE

LE PETIT COUDON

Départ de la Farlède le vieux moulin, les oliviers centenaires, la chapelle de la Trinité, direction Solliès-Ville, Chapelle Notre-Dame du Déffens, GR51 arrivée au petit Coudon.

www.visitvar.fr/115963

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	mardi 29 septembre 2015

5 h | **400 m** | **15 km**

8

Accompagnée par
Union Cycliste et Pédestre Londaise (UCPL)



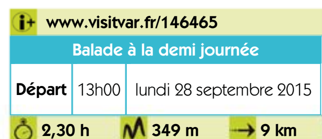
Info/Réservation
Office de Tourisme La Londe-les-Maures
04 94 01 53 10
Inscription obligatoire
Avant le samedi 26 septembre 2015

LA LONDE-LES-MAURES

LE ROUAY DE LA CABRE

Le Rouay de la Cabre ou bien "le vallon de la chèvre" est l'ancien lieu de passage des caprins et ovins, décrivant une activité agricole ancienne.

www.visitvar.fr/146465



Balade à la demi journée		
Départ	13h00	lundi 28 septembre 2015

2,30 h | **349 m** | **9 km**

8

Accompagnée par
Union Cycliste et Pédestre Londaise (UCPL)



Info/Réservation
Office de Tourisme La Londe-les-Maures
04 94 01 53 10
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015

LA LONDE-LES-MAURES



ENTRE OLIVIERS, COLLINES ET DOLMEN

Randonnée au cœur du Massif des Maures, en profitant d'un beau panorama sur la mer depuis le Favanquet et le Dolmen de Gaoutabry, avec intervention commentée sur son histoire. Découverte de la culture d'un verger d'oliviers.

www.visitvar.fr/134528

Balade à la demi journée		
Départ	13h00	mardi 29 septembre 2015

2,30 h | **262 m** | **7 km**

8

Accompagnée par
Union Cycliste Pédestre Londaise (UCPL)



Info/Réservation
Office de Tourisme La Londe-les-Maures
04 94 01 53 10

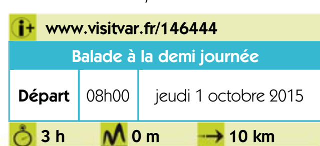
Inscription obligatoire
Avant le mercredi 30 septembre 2015

LA LONDE-LES-MAURES



LES VIEUX SALINS

Découverte du littoral des Maures et de ses espaces naturels protégés (Conservatoire du littoral) qui ont participé à l'histoire locale : la Pinède du Bastidon, les Vieux salins…



www.visitvar.fr/146444

Balade à la demi journée		
Départ	08h00	jeudi 1 octobre 2015

3 h | **0 m** | **10 km**

8

Accompagnée par
Union Cycliste et Pédestre Londaise (UCPL)



Info/Réservation
Office de Tourisme La Londe-les-Maures
04 94 01 53 10

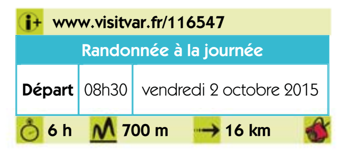
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015

LA LONDE-LES-MAURES



LES HAMEAUX DE LA DEROUCADE, DU VALLAT ET LE COMTADOU

Randonnée au cœur du massif des Maures à la découverte de lieux anecdotiques : les hameaux qui abritaient les Londais lorsque La Londe n'était encore qu'un quartier d'Hyères.



www.visitvar.fr/116547

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	vendredi 2 octobre 2015

6 h | **700 m** | **16 km**

8

Accompagnée par
Union Cycliste et Pédestre Londaise (UCPL)



Info/Réservation
Office de Tourisme La Londe-les-Maures
04 94 01 53 10

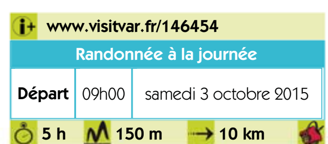
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 2 octobre 2015

LA LONDE-LES-MAURES



LE SENTIER DU LITTORAL DE BREGANCON AU PORT MIRAMAR

Belle randonnée sur le sentier des douaniers.



www.visitvar.fr/146454

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	samedi 3 octobre 2015

5 h | **150 m** | **10 km**

9

Accompagnée par
Les Randonneurs Seynois



Info/Réservation
Office de Tourisme La Seyne-sur-Mer
04 98 00 25 70
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015

LA SEYNE-SUR-MER



FORET DE JANAS NOTRE-DAME DU MAI
Départ du parking… montée à Notre-Dame de Mai.

www.visitvar.fr/147949

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	mercredi 30 septembre 2015

4 h | **400 m** | **12 km**

9

Accompagnée par
Les Randonneurs Seynois



Info/Réservation
Office de Tourisme La Seyne-sur-Mer
04 98 00 25 70
Inscription obligatoire
Avant le mercredi 30 septembre 2015

LA SEYNE-SUR-MER



MARCHE NORDIQUE
La marche nordique est un sport de plein air qui consiste en une marche accélérée avec des bâtons de marche spécifiques.

www.visitvar.fr/115689

Balade à la demi journée		
Départ	09h00	jeudi 1 octobre 2015

3 h | **400 m** | **12 km**

9

Accompagnée par
Les Randonneurs Seynois



Info/Réservation
Office de Tourisme La Seyne-sur-Mer
04 98 00 25 70
Inscription obligatoire
Avant le mercredi 30 septembre 2015

LA SEYNE-SUR-MER



MARCHE NORDIQUE
La marche nordique est un sport de plein air qui consiste en une marche accélérée avec des bâtons de marche spécifiques.

www.visitvar.fr/147947

Balade à la demi journée		
Départ	09h00	jeudi 1 octobre 2015

1,30 h | **200 m** | **6 km**

9

Accompagnée par
Les Randonneurs Seynois



Info/Réservation
Office de Tourisme La Seyne-sur-Mer
04 98 00 25 70

Inscription obligatoire
Avant le mercredi 30 septembre 2015



LA SEYNE-SUR-MER

MARCHE AQUATIQUE COTIERE LES SABLETTES

Marche aquatique avec de l'eau des genoux aux épaules avec quelques exercicies d'aisance aquatique.

www.visitvar.fr/147972

Balade à la demi journée		
Départ	14h30	vendredi 2 octobre 2015

2 h — **0 m** — **2 km**

10

Accompagnée par
Découverte Pédestre Lavandou Bormes



Info/Réservation
Office de Tourisme Le Lavandou
04 94 00 40 50

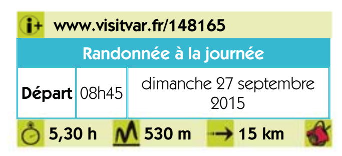
Inscription obligatoire
Avant le lundi 21 septembre 2015



LE LAVANDOU

LE LAVANDOU ET LES CRETES PAR LA FOSSETTE

Depuis l'OT du Lavandou, départ par le sentier du littoral vers la Fossette, montée vers la route des crêtes par les vallons de la Fossette et du Gangui. Retour par le vallon de Saint-Clair, l'oratoire et le village du Lavandou.



www.visitvar.fr/148165

Randonnée à la journée		
Départ	08h45	dimanche 27 septembre 2015

5,30 h — **530 m** — **15 km**

10

Accompagnée par
Découverte Pédestre Lavandou Bormes



Info/Réservation
Office de Tourisme Le Lavandou
04 94 00 40 50

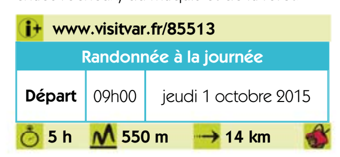
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015



LE LAVANDOU

LES BALCONS DE CAVALIERE

Depuis le parking de la plage de Cavalière, balade jusqu'au lieu-dit "le Rossignol", puis montée en direction du col du Barral au travers au travers des chaos rocheux, du maquis et de la fôret.



www.visitvar.fr/85513

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	jeudi 1 octobre 2015

5 h — **550 m** — **14 km**

11

Accompagnée par
Club de Randonnée
Pédestre Amicale Laique



Info/Réservation
Office de Tourisme Le Pradet
04 94 21 71 69
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 24 septembre 2015

LE PRADET



CIRCUIT THEMATIQUE DE LA GAVARESSE. DECOUVERTE FAUNE ET FLORE
A la découverte du massif de la Colle Noire !

www.visitvar.fr/147260

Balade à la demi journée		
Départ	13h30	mardi 29 septembre 2015

2,30 h — **120 m** — **6 km**

11

Accompagnée par
Club de Randonnée
Pédestre Amicale Laïque



Info/Réservation
Office de Tourisme Le Pradet
04 94 21 71 69
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015

LE PRADET



SUR LES CHEMINS DE LA MINE DE CAP GARONNE
A la découverte des richesses du territoire du Pradet !

www.visitvar.fr/147255

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	mercredi 30 septembre 2015

5 h — **400 m** — **15 km**

12

Accompagnée par
La Godasse Bagnado



Info/Réservation
Office de Tourisme Ollioules
04 94 63 11 74
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015

OLLIOULES



SUR LES CHEMINS DU PATRIMOINE OLLIOULAIS
Une vue des anciennes fouilles « Celto Ligures » sur l'Oppidum de la Courtine. Les limites séparatives des communes d'Ollioules et d'Evenos.

www.visitvar.fr/147968

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	mercredi 30 septembre 2015

5 h — **785 m** — **15 km**

13

Accompagnée par
Les Randonneurs Sanaryens



Info/Réservation
Office de Tourisme Sanary-sur-Mer
04 94 74 01 04
Inscription obligatoire
Avant le mardi 29 septembre 2015



SANARY-SUR-MER

LA ROCHE CURADE
Balade dans le massif forestier sous l'ouvrage de la Pointe. Passage à proximité d'un rocher bien particulier par sa forme originale.

www.visitvar.fr/147945

Balade à la demi journée		
Départ	14h00	mercredi 30 septembre 2015

3 h | **350 m** | **7 km**

13

Accompagnée par
Les Randonneurs Sanaryens

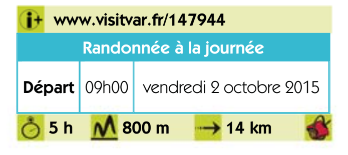


Info/Réservation
Office de Tourisme Sanary-sur-Mer
04 94 74 01 04
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015



SANARY-SUR-MER

DECOUVERTE DE L'ACTIVITE AGRICOLE, MILITAIRE ET GEOLOGIQUE
Randonnée bucolique, découverte d'activités artisanales, grandes variétés d'oliviers ; sur les hauteurs, un ouvrage militaire offrant des très beaux panoramas. Passage vers un nouveau site remis en état : la roche curade.



www.visitvar.fr/147944

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	vendredi 2 octobre 2015

5 h | **800 m** | **14 km**

14

Accompagnée par
Voyages et Loisirs Culturels

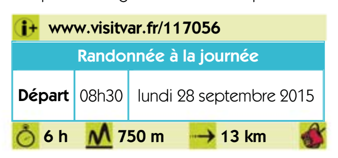


Info/Réservation
Office de Tourisme Six-Fours-les-Plages
04 94 07 02 21
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 24 septembre 2015



SIX-FOURS-LES-PLAGES

LE SENTIER DU LITTORAL, NOTRE-DAME DU MAI, BATTERIE DE PEYRAS ET RETOUR
Balade dans une zone naturelle pour les amateurs d'espace sauvage de calme et de plein air.



www.visitvar.fr/117056

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	lundi 28 septembre 2015

6 h | **750 m** | **13 km**

14

Accompagnée par
Voyages et loisirs culturels
section randonnée



Info/Réservation
Office de Tourisme Six-Fours-les-Plages
04 94 07 02 21
Inscription obligatoire
Avant le mardi 29 septembre 2015



SIX-FOURS-LES-PLAGES

TOUR DE L'ILE DES EMBIEZ

Découverte du port de plaisance Saint Pierre, de ses plages dans les petites criques sauvages, ses pinèdes et ses vignes. Le sommet de l'île offre un point de vue remarquable sur l'archipel et le littoral environnant.

www.visitvar.fr/147966

Balade à la demi journée		
Départ	09h00	vendredi 2 octobre 2015

3 h — 100 m — 6 km

15

Accompagnée par
Le Godillot Gourmand



Info/Réservation
Office de Tourisme Vallée du Gapeau
04 94 28 92 35
Inscription obligatoire
Avant le mercredi 30 septembre 2015



SOLLIES-PONT

SIOU BLANC LES AIGUILLES DE VALBELLE ET L'ARCHE

Départ de Siou-Blanc direction les Aiguilles et la porte de Valbelle. L'Arche naturelle. Descente vers la citerne neuve et retour.

www.visitvar.fr/135077

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	vendredi 2 octobre 2015

5 h — 390 m — 14 km

16

Accompagnée par
Leï Draïoun



Info/Réservation
Office de Tourisme Vallée du Gapeau
04 94 28 92 35
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015



SOLLIES-VILLE

AU DESSSUS DES SOLLIÈS

Au dessus des Solliès, randonnée et visite de Solliès-Ville.

www.visitvar.fr/99475

Randonnée à la journée		
Départ	08h00	dimanche 4 octobre 2015

5 h — 340 m — 16 km




Golfe de
Saint-Tropez
visitvar.fr
PROVENCE - CÔTE D'AZUR

17

Accompagnée par
Un pied devant l'autre



Info/Réservation
Office de Tourisme
Cavalaire-sur-Mer
04 94 01 92 10

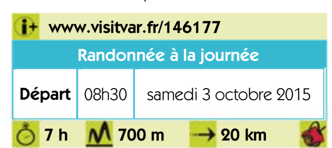
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015



CAVALAIRE-SUR-MER

LES CRETES DE CAVALAIRE

La randonnée démarre à l'Office du Tourisme de Cavalaire-sur-Mer pour gagner les abords du hameau du Dattier par le sentier du littoral.



www.visitvar.fr/146177

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	samedi 3 octobre 2015

7 h | **700 m** | **20 km**

18

Accompagnée par
Un pied devant l'autre



Info/Réservation
Office de Tourisme La Croix-Valmer
04 94 55 12 12

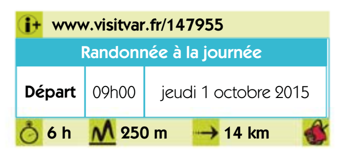
Inscription obligatoire
Avant le mardi 29 septembre 2015



LA CROIX-VALMER

DECOUVERTE DU SENTIER DU LITTORAL CROISIEN

La randonnée part de la plage de Gigaro par le sentier du littoral pour rejoindre le Cap Lardier et ensuite le Cap Taillat.



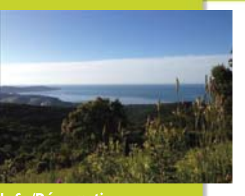
www.visitvar.fr/147955

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	jeudi 1 octobre 2015

6 h | **250 m** | **14 km**

18

Accompagnée par
Grimaud Europe Randonnée



Info/Réservation
Office de Tourisme La Croix-Valmer
04 94 55 12 12

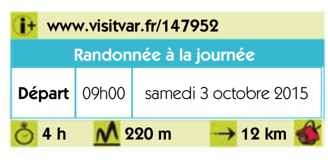
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015



LA CROIX-VALMER

LES ROCHERS BLANCS

Départ du centre du village pour rejoindre les vignes du Château de Chausse. Arrivé sur le GR 51, on admire les vues et panoramas qui s'offrent à nous pour redescendre par la piste forestière de Langaste pour rentrer au village par la piste cyclable.



www.visitvar.fr/147952

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	samedi 3 octobre 2015

4 h | **220 m** | **12 km**

19

Accompagnée par
Conservatoire du Patrimoine



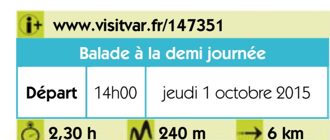
Info/Réservation
Conservatoire du Patrimoine
04 94 43 08 57
Inscription obligatoire
Avant le mercredi 30 septembre 2015



LA GARDE-FREINET

UN RUCHER DU XVII IEME ET UN MOULIN A EAU DU XIX IEME

Depuis le village de La Garde-Freinet, vous descendrez le long du vallon des Neuf Rioux jusqu'à la retenue collinaire de Vanadal.



www.visitvar.fr/147351

Balade à la demi journée		
Départ	14h00	jeudi 1 octobre 2015

2,30 h | **240 m** | **6 km**

19

Accompagnée par
Conservatoire du Patrimoine



Info/Réservation
Conservatoire du Patrimoine
04 94 43 08 57
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015



LA GARDE-FREINET

LE CONSERVATOIRE DE FIGUIERS DE MIREMER

Après l'incendie de 2003 sur la colline de Miremer, surgirent de la végétation calcinée d'anciens murs de jardins en terrasse.



www.visitvar.fr/98407

Balade à la demi journée		
Départ	14h00	vendredi 2 octobre 2015

1 h | **290 m** | **3 km**

20

Accompagnée par
Grimaud Europe Randonnée



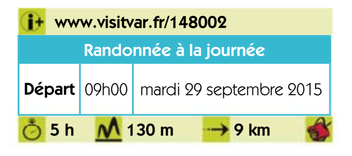
Info/Réservation
Office de Tourisme et Culture Ramatuelle
04 98 12 64 00
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015



RAMATUELLE

DE LA PLAGE DE L'ESCALET AU PHARE DU CAMARAT

Circuit en boucle vous permettant de découvrir la beauté du sentier du littoral et plus particulièrement celle de l'Escalet au Phare de Camarat.



www.visitvar.fr/148002

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	mardi 29 septembre 2015

5 h | **130 m** | **9 km**

21

Accompagnée par
Club de L'Amitié

RAYOL-CANADEL-SUR-MER



LA CORNICHE DES MAURES ET DE LA MEDITERRANEE
Découverte du hameau du Dattier puis le Col de l'Etoile, montée en direction du Col du Canadel ...



Info/Réservation
Office de Tourisme Rayol-Canadel-sur-Mer
04 94 05 65 69
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015

www.visitvar.fr/85551

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	mardi 29 septembre 2015

6,30 h | **600 m** | **18 km**



21

Accompagnée par
Monsieur GOLA Yves

RAYOL-CANADEL-SUR-MER



PROMENADE NATURE ET PANORAMIQUE DANS LA FORET DES MAURES
Venez découvrir notre belle promenade nature et panoramique…



Info/Réservation
Office de Tourisme Rayol-Canadel-sur-Mer
04 94 05 65 69
Inscription obligatoire
Avant le mardi 29 septembre 2015

www.visitvar.fr/99288

Balade à la demi journée		
Départ	13h45	mercredi 30 septembre 2015

2 h | **300 m** | **8 km**


Estérel
visitvar.fr
PROVENCE - CÔTE D'AZUR

22

Accompagnée par
Office de Tourisme Bagnols-en-Forêt



Info/Réservation
Office de Tourisme Bagnols-en-Forêt
04 94 40 64 68
Inscription obligatoire
Avant le samedi 26 septembre 2015

BAGNOLS-EN-FORET



COL DU COUCOU - CHEMIN DES CRETES - VESTIGES HISTORIQUES : LES MEULIERES, L'OPPIDUM, LES GORGES DU BLAVET

Randonnée forestière sur le GR51 balcon de la Méditerranée, dans une confusion chaotique de roches, de chênes lièges, de pins, d'arbousiers. Cette randonnée permet de découvrir de magnifiques curiosités de notre village.

www.visitvar.fr/70332

Randonnée à la journée

Départ	09h00	mardi 29 septembre 2015

5 h | **420 m** | **14 km**

22

Accompagnée par
Office de Tourisme Bagnols-en-Forêt



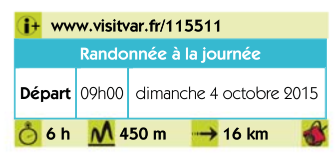
Info/Réservation
Office de Tourisme Bagnols-en-Forêt
04 94 40 64 68
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 2 Octobre 2015

BAGNOLS-EN-FORET



LE CASTEL DIAOU - MASSIF DU ROUET - FONTAINE DES CHASSEURS - COLLE ROUSSE

Balade dans une nature sauvage d'une grande beauté composée de pins, chênes, châtaigniers, maquis, des rochers ocre de la « Colle Rousse » et de la colle du Rouet.



www.visitvar.fr/115511

Randonnée à la journée

Départ	09h00	dimanche 4 octobre 2015

6 h | **450 m** | **16 km**

23

Accompagnée par
Randonneurs de L'Est Varois (REV)



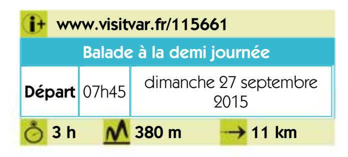
Info/Réservation
Office de Tourisme Fréjus
04 94 51 83 83
Inscription obligatoire
Avant le samedi 26 septembre 2015

FREJUS



LE COL DU TESTANIER - LE LAC DE L'AVELLAN

Départ du parking du Col d'Auriasque situé sur la DN7 en direction du Col du Testanier, nous passons devant des ruines et une Fontaine, au col du Testanier nous prenons la piste qui nous amène au Gué des Espagnol, nous faisons le tour du Lac de l'Avellan.



www.visitvar.fr/115661

Balade à la demi journée

Départ	07h45	dimanche 27 septembre 2015

3 h | **380 m** | **11 km**

Semaine Varoise

23

Accompagnée par Randonneurs de L'Est Varois (REV)



Info/Réservation
Office de Tourisme Fréjus
04 94 51 83 83
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015



FREJUS

LES MINES DE BOSON - LE COL D'AURIASQUE - LES ARCS SENEQUIER - LE BARRAGE DE MALPASSET

Nous traversons l'ancien site miniers et nous dirigeons vers la piste de L'Esquine.

www.visitvar.fr/115660

Randonnée à la journée		
Départ	08h00	mardi 29 septembre 2015

5 h · **500 m** · **15 km**

23

Accompagnée par Randonneurs de L'Est Varois (REV)



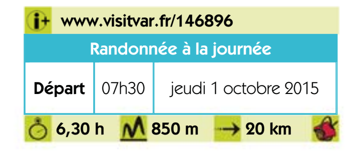
Info/Réservation
Office de Tourisme Fréjus
04 94 51 83 83
Inscription obligatoire
Avant le mercredi 30 septembre 2015



FREJUS

LES MAISONS FORESTIERES AUTOUR DU MONT VINAIGRE

Nous prenons le GR51 et ensuite le sentier qui monte en direction du Mont Vinaigre, nous arrivons à côté de la tour de communication, nous prenons la direction du Mont Vinaigre 614 m point culminant du massif de l'Esterel



www.visitvar.fr/146896

Randonnée à la journée		
Départ	07h30	jeudi 1 octobre 2015

6,30 h · **850 m** · **20 km**

23

Accompagnée par Randonneurs de L'Est Varois (REV)



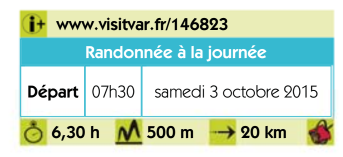
Info/Réservation
Office de Tourisme Fréjus
04 94 51 83 83
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 2 octobre 2015



FREJUS

LES RIVES DU LAC - LA VALLEE DU REYRAN - LES MINES DE GARROT - LE BELVEDRE DE MALPASSET

Nous passons sous le pont de l'autoroute nous franchissons le gué nous empruntons la piste côté gauche de l'ancien Lac de Barrage en direction des Mines de Garrot cette piste offre une vue sur la Vallée du Reyran.



www.visitvar.fr/146823

Randonnée à la journée		
Départ	07h30	samedi 3 octobre 2015

6,30 h · **500 m** · **20 km**

24

Accompagnée par
Office de Tourisme des Adrets-de-l'Estérel



Info/Réservation
Office de Tourisme Les Adrets-de-L'Estérel
04 94 40 93 57
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 25 septembre 2015

LES ADRETS-DE-L'ESTEREL



LE POINT CULMINANT DE L'ESTEREL : LE MONT VINAIGRE AU DEPART DES ADRETS

Empruntant la Voie Aunélienne, au départ du Logis de Paris aux Adrets de l'Estérel, sur l'ex route Nationale 7, le point culminant du massif de l'Estérel, le Mont Vinaigre (618 m) offre un panorama à 360° exceptionnel sur la Baie de Cannes...

www.visitvar.fr/148328

Balade à la demi journée		
Départ	09h00	samedi 26 septembre 2015

4 h | **310 m** | **13 km**

24

Accompagnée par
Office de Tourisme des Adrets-de-l'Estérel



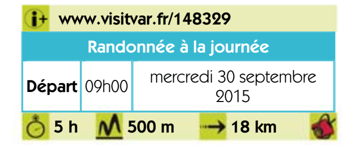
Info/Réservation
Office de Tourisme Les Adrets-de-L'Estérel
04 94 40 93 57
Inscription obligatoire
Avant le mardi 29 septembre 2015

LES ADRETS-DE-L'ESTEREL



L'ESTEREL ORIENTAL, LE MONT MARSAOU PAR LES SUVIERES

Au départ du Grand St Jean dans la partie varoise la plus orientale de l'Estérel, accéder aux Suvières par le Col des 3 Termes nous fera visiter une partie préservée au fil des siècles.



www.visitvar.fr/148329

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	mercredi 30 septembre 2015

5 h | **500 m** | **18 km**

25

Accompagnée par
Baragneurs Varois



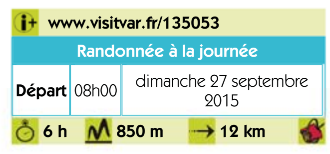
Info/Réservation
Office de Tourisme Roquebrune-sur-Argens
04 94 19 89 89
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015

ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS



LES MERVEILLES ROQUEBRUNOISES : LE ROCHER ET LE VILLAGE MEDIEVAL

Autour du Saint Trou. La draille du Facteur et le logis de l'ermite. Les monolithes. Les Trois Croix. L'aqueduc des 25 ponts. Le monastère de Notre Dame de Pitié et le Centre Historique de Roquebrune sur Argens.



www.visitvar.fr/135053

Randonnée à la journée		
Départ	08h00	dimanche 27 septembre 2015

6 h | **850 m** | **12 km**

Semaine Varoise

25

Accompagnée par
Club d'Escapade
Randonnée Roquebrunois



Info/Réservation
Office de Tourisme
Roquebrune-sur-Argens
04 94 19 89 89
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015

ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS

SUR LE CHEMIN DE SAINT-JACQUES DE COMPOSTELLE AU PIED DU SOMPTUEUX ROCHER DE ROQUEBRUNE

Sur le chemin de Saint Jacques de Compostelle, à partir de Roquebrune.

www.visitvar.fr/148402

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	mercredi 30 septembre 2015

5 h · **200 m** · **10 km**

26

Accompagnée par
Baragneurs Varois



Info/Réservation
Office de Tourisme Saint-Raphaël
04 94 19 52 52
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015

SAINT-RAPHAEL



SOMMETS ET BALCONS DE L'ESTEREL

Circuit en boucle avec des chemins variés à travers les roches rouges de l'Estérel. Ascension de quatre sommets offrant des panoramas ouverts sur le Massif et sur les beaux paysages sur le littoral…

www.visitvar.fr/147904

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	samedi 26 septembre 2015

7 h · **850 m** · **20 km**

26

Accompagnée par
Rando Club Raphaelois



Info/Réservation
Office de Tourisme Saint-Raphaël
04 94 19 52 52
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015

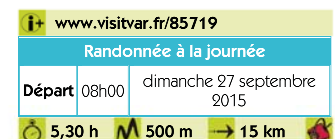
SAINT-RAPHAEL



PIC DE L'OURS PAR LE VALLON DU MAL INFERNET

Départ en automobile pour le Parking de Belle Barbe dans l'Estérel, remontée du Ravin du Mal Infernet jusqu'au gué.

www.visitvar.fr/85719



Randonnée à la journée		
Départ	08h00	dimanche 27 septembre 2015

5,30 h · **500 m** · **15 km**

26

Accompagnée par Randonneurs de L'Est Varois (REV)



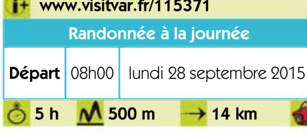
Info/Réservation
Office de Tourisme Saint-Raphaël
04 94 19 52 52
Inscription obligatoire
Avant le samedi 26 septembre 2015



SAINT-RAPHAEL

RADE D'AGAY ET CAP DRAMONT

Départ du parking de la plage du Déparquement Dramont, nous empruntons le sentier du littoral jusqu'au Port du Poussai, nous passons devant la Maison Forestière du Dramont, pour monter au à l'ancienne Batterie d'où s'ouvre une vue magnifique sur la Rade d'Agay.



www.visitvar.fr/115371

Randonnée à la journée		
Départ	08h00	lundi 28 septembre 2015

5 h | **500 m** | **14 km**

26

Accompagnée par ONF



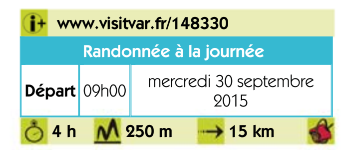
Info/Réservation
Office de Tourisme Saint-Raphaël
04 94 19 52 52
Inscription obligatoire
Avant le mardi 29 septembre 2015



SAINT-RAPHAEL

TOUR DU PERTHUS

Canyon du Perthus, pont des Cantines, arrivée devant le Pigeonnier, roche remarquable. Montée en douceur vers la Barre de Roussivau.
Pique-nique au sommet du Perthus, avec vue sur tout le Massif de l'Estérel.
Redescente par le Roussivau.



www.visitvar.fr/148330

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	mercredi 30 septembre 2015

4 h | **250 m** | **15 km**

26

Accompagnée par Baragneurs Varois



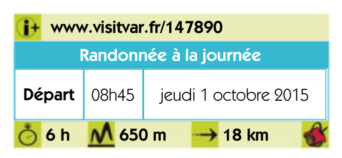
Info/Réservation
Office de Tourisme Saint-Raphaël
04 94 19 52 52
Inscription obligatoire
Avant le mercredi 30 septembre 2015 matin



SAINT-RAPHAEL

MER ET MONTAGNE

Circuit en boucle à travers des sentiers peu connus du Massif de l'Estérel.



www.visitvar.fr/147890

Randonnée à la journée		
Départ	08h45	jeudi 1 octobre 2015

6 h | **650 m** | **18 km**

26

Accompagnée par
Randonneurs de L'Est Varois (REV)



Info/Réservation
Office de Tourisme Saint-Raphaël
04 91 19 52 52
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015

SAINT-RAPHAEL

LES RAVINS DES PERTHUS ET DU MAL INFERNET
Départ du Col de Belle-Barbe en direction du massif du Gratadis

www.visitvar.fr/147905

Randonnée à la journée		
Départ	08h00	vendredi 2 octobre 2015

4,30 h | **400 m** | **13 km** 

26

Accompagnée par
Rando Club Raphaëlois



Info/Réservation
Office de Tourisme Saint-Raphaël
04 94 19 52 52
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015

SAINT-RAPHAEL



SENTIER LITTORAL SAINT RAPHAËL A AGAY
Rendez-vous à l'Ecole de voile de SANTA LUCIA (parking BEAU RIVAGE). Départ au fond du port de Santa Lucia. Itinéraire balisé jaune avec passage dans les rochers du littoral.

www.visitvar.fr/85529

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	samedi 3 octobre 2015

5,30 h | **350 m** | **14 km**

26

Accompagnée par
Baragneurs Varois



Info/Réservation
Office de Tourisme Saint-Raphaël
04 94 19 52 52
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 02 octobre 2015

SAINT-RAPHAEL



MISTRAL VINAIGRE ET VIOLETTE
Circuit en boucle avec accès au point culminant de l'Estérel, en passant par les crêtes du Massif.

www.visitvar.fr/147943

Randonnée à la journée		
Départ	08h00	dimanche 4 octobre 2015

7 h | **950 m** | **24 km**


de la Randonnée Pédestre
CAMPINGAZ
Var



Pays de Fayence
visitvar.fr
PROVENCE - CÔTE D'AZUR

27

Accompagnée par
Maison pour tous



Info/Réservation
Office de Tourisme Mons
04 94 76 39 54
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015

MONS

LES MEGALITHES ET LA CASCADE DE CLAR

A Mons, au pays de la lavande officinale, l'homme depuis longtemps déplace les roches : dolmens, clapiers, restanques sont à découvrir sur les contreforts du Lachens durant cette sortie nature commentée.

www.visitvar.fr/115740

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	vendredi 2 octobre 2015

5 h · **500 m** · **14 km**

28

Accompagnée par
Lei caminaïre Seillanais



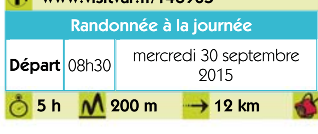
Info/Réservation
Office de Tourisme Seillans
04 94 76 85 91
Inscription obligatoire
Avant le mardi 22 septembre 2015

SEILLANS



VISITE DE LA CHAPELLE DE L'ORMEAU - VISITE DE BORIES - ANCIENNE VOIE FERREE AVEC OUVRAGES D'ART

Au pied du village de Seillans : Visite de la chapelle Notre Dame de l'Ormeau
Visite de Bories
Vers Claviers, l'ancienne voie ferrée avec ses ouvrages d'art



www.visitvar.fr/146905

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	mercredi 30 septembre 2015

5 h · **200 m** · **12 km**


Cœur
du Var
visitvar.fr
PROVENCE - CÔTE D'AZUR

29

Accompagnée par
Les Randonneurs Cannetois



Info/Réservation
Coeur du Var Tourisme
04 98 10 43 59
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 24 septembre 2015



CABASSE

NOTRE-DAME DU GLAIVE

Découverte des pierres de mémoire de Cabasse (dolmen) et de la chapelle ND du Glaive. Passage sous les habitats troglodytes du Trou des Fées. Points de vue sur la vallée de l'Issole et le village de Cabasse.

www.visitvar.fr/71176

Randonnée à la journée		
Départ	08h45	samedi 26 septembre 2015

5 h | **600 m** | **17 km**

29

Accompagnée par
Les Randonneurs Cannetois



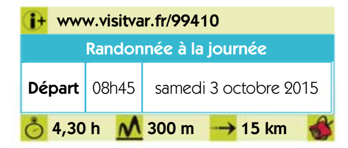
Info/Réservation
Coeur du Var Tourisme
04 98 10 43 59
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015



CABASSE

LE CROS DU DRAN

Découverte des vieux métiers liés à l'exploitation forestière (gemmeur, bouscatier) et de la vie rurale d'antan (bories) dont les traces sont encore visibles dans le sous-bois du Cros de Dran.



www.visitvar.fr/99410

Randonnée à la journée		
Départ	08h45	samedi 3 octobre 2015

4,30 h | **300 m** | **15 km**

30

Accompagnée par
Les Randonneurs Cannetois



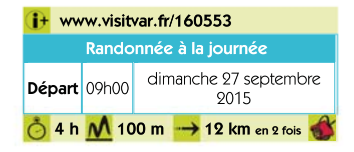
Info/Réservation
Coeur du Var Tourisme
04 98 10 43 59
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015



FLASSANS-SUR-ISSOLE

LES SECRETS DE LA COMMANDERIE DE PEYRASSOL

Une journée à Peyrassol. Le matin découverte de la grande oliveraie plantée en pleine colline, si le temps le permet dégustation face au panorama vers le haut Var le temps d'une balade de 2,5 heures.



www.visitvar.fr/160553

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	dimanche 27 septembre 2015

4 h | **100 m** | **12 km** en 2 fois

30

Accompagnée par
Les Randonneurs Cannetois



Info/Réservation
Coeur du Var Tourisme
04 98 10 43 59
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015



FLASSANS-SUR-ISSOLE

LA SEIGNEURIE DES PONTEVES
Bastion catholique pendant les guerres de religions au XVIème siècle, la forteresse médiévale des Pontevès protège Flassans depuis l'an 1000.

www.visitvar.fr/115894

Balade à la demi journée		
Départ	13h45	mardi 29 septembre 2015

2 h | **150 m** | **6 km**

+ 30 min de visite du château

31

Accompagnée par
Les Randonneurs Cannetois

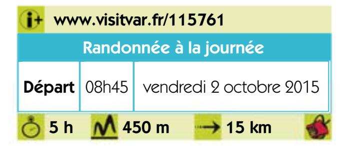


Info/Réservation
Coeur du Var Tourisme
04 98 10 43 59
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015



GONFARON

LAC REDON
Aux confins des villages de Gonfaron, Pignans et Flassans sur Issole s'étendent les Montauts, espace agricole et forestier formé de petites collines et de plaines à la végétation typique des sols calcaires.



www.visitvar.fr/115761

Randonnée à la journée		
Départ	08h45	vendredi 2 octobre 2015

5 h | **450 m** | **15 km**

32

Accompagnée par
Les Randonneurs Cannetois

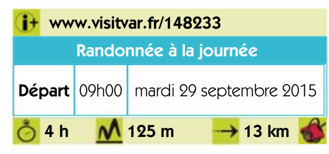


Info/Réservation
Coeur du Var Tourisme
04 98 10 43 59
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015



LE CANNET-DES-MAURES

LA PLAINE DES MAURES, DERNIERE PLAINE SAUVAGE DU VAR
Du Ginestrier à Ciffert en passant par la Grande Pinède et Val Rouvier, des lieux dits de la propriété du conservatoire du littoral au coeur de la réserve naturelle nationale de la plaine des Maures.



www.visitvar.fr/148233

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	mardi 29 septembre 2015

4 h | **125 m** | **13 km**

32

Accompagnée par
Les Randonneurs Cannetois



Info/Réservation
Coeur du Var Tourisme
04 98 10 43 59
Inscription obligatoire
Avant le mardi 29 septembre 2015

LE CANNET-DES-MAURES

MEREN

Balade sur chemins et sentiers entre collines et campagne cultivée. Vue inédite sur le village médiéval du Cannet des Maures.

www.visitvar.fr/115864

Balade à la demi journée		
Départ	08h45	jeudi 1 octobre 2015

2,30 h | **190 m** | **7 km**

33

Accompagnée par
Les Randonneurs Cannetois

Info/Réservation
Coeur du Var Tourisme
04 98 10 43 59
Inscription obligatoire
Avant le mardi 29 septembre 2015

LE LUC

L'OPPIDUM DE LA FOUIRETTE

L'oppidum de la Fouirette était un camp retranché bâti à plus 300 mètres, le panorama y est grandiose. Au retour, le chemin s'établit entre des restanques, anciens espaces agricoles autrefois cultivés, et il est splendide.

www.visitvar.fr/148231

Balade à la demi journée		
Départ	09h15	mercredi 30 septembre 2015

1,30 h | **160 m** | **4 km**



Accompagnée par
Association Sport et Nature



Info/Réservation
Coeur du Var Tourisme
04 98 10 43 59
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 24 septembre 2015

LE THORONET



SUR LES TRACES DE COMPOSTELLE

Du village du Thoronet, par le chemin de St Jacques de Compostelle, on peut rejoindre l'abbaye.

www.visitvar.fr/148333

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	samedi 26 septembre 2015

4,30 h | **200 m** | **13 km**

+ visite de l'abbaye

Semaine Varoise

34

Accompagnée par
Association Sport et Nature



Info/Réservation
Coeur du Var Tourisme
04 98 10 43 59
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015

LE THORONET

LES HAMEAUX DE L'ARGENS

Vieux hameaux, anciennes dépendances de l'Abbaye, prise d'eau du canal de Ste Croix ouvrage d'art du génie civil du 19ème siècle, panoramas sur l'Argens sont autant de raisons de parcourir les anciens chemins qui reliaient Les Camails, Sainte Croix et les Férauds....

www.visitvar.fr/115765

Randonnée à la journée		
Départ	09h15	samedi 3 octobre 2015

4 h — **100 m** — **12 km**

35

Accompagnée par
Les Randonneurs Cannetois



Info/Réservation
Coeur du Var Tourisme
04 98 10 43 59
Inscription obligatoire
Avant le mardi 29 septembre 2015

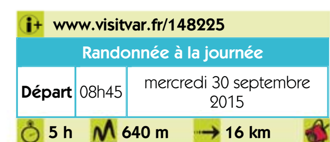
LES MAYONS



ROUCAS BLANC

C'est en suivant le mythique tracé du «Décauville» (voie de chemin de fer de faible écartement) et la piste de Lonjon que l'on rejoint la plaine de Recous et son chao de rochers blancs.

www.visitvar.fr/148225

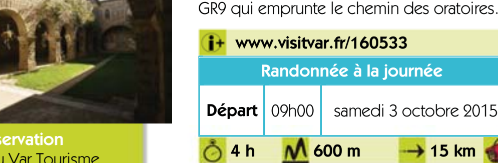


Randonnée à la journée		
Départ	08h45	mercredi 30 septembre 2015

5 h — **640 m** — **16 km**

36

Accompagnée par
Virée Loisirs Gonfaronnaise



Info/Réservation
Coeur du Var Tourisme
04 98 10 43 59
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015

PIGNANS



NOTRE-DAME DES ANGES

Ascension du mythique deuxième sommet des Maures à 768 m et retour par le superbe et sinueux GR9 qui emprunte le chemin des oratoires.

www.visitvar.fr/160533

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	samedi 3 octobre 2015

4 h — **600 m** — **15 km**


de la Randonnée Pédestre


Dracénie
visitvar.fr
PROVENCE - CÔTE D'AZUR

37

Accompagnée par
Randonneurs Dracéniens

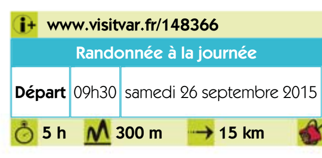


Info/Réservation
Office Intercommunal La Dracénie
04 98 10 51 05
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 24 septembre 2015

DRAGUIGNAN

DRAGUIGNAN - DOMAINE DU DRAGON - LE MALMONT

Depuis le Domaine viticole du Dragon dans la vallée de La Nartuby la sente longe les vestiges de la Chapelle et du Château du Dragon, castrum médiéval de Draguignan pour rejoindre le sommet du Malmont et redescendre vers les gorges de La Nartuby.


www.visitvar.fr/148366

Randonnée à la journée		
Départ	09h30	samedi 26 septembre 2015

5 h | **300 m** | **15 km**

38

Accompagnée par
Les Ripatons

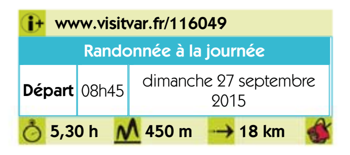


Info/Réservation
Point Info Tourisme Flayosc
04 94 70 41 31
Inscription obligatoire
Avant le vendredi midi 25 septembre 2015

FLAYOSC

DE FLAYOSC A BERNE "LA SENTE PROVENCALE"

Une grande randonnée qui marie les charmes de Flayosc, la richesse d'un terroir viticole et la discrète «Florieye» qui a creusé son lit en forêt.


www.visitvar.fr/116049

Randonnée à la journée		
Départ	08h45	dimanche 27 septembre 2015

5,30 h | **450 m** | **18 km**

39

Accompagnée par
Randonneurs Dracéniens

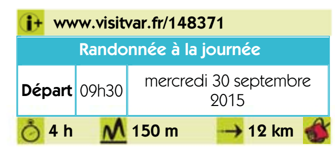


Info/Réservation
Point Info Tourisme Le Muy
04 94 45 12 79
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015

LA MOTTE

LA MOTTE-LES DEMOISELLES-L'ENDRE

Le château des Demoiselles reste un espace naturel unique dans la plaine des Esclans à La Motte.


www.visitvar.fr/148371

Randonnée à la journée		
Départ	09h30	mercredi 30 septembre 2015

4 h | **150 m** | **12 km**

Semaine Varoise

40

Accompagnée par
Les Baragneurs Varois



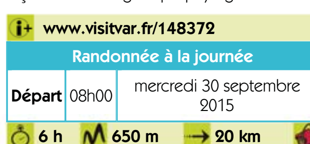
Info/Réservation
Point Info Tourisme Le Muy
04 94 45 12 79
Inscription obligatoire
Avant le mardi 29 septembre 2015

LE MUY



A LA DECOUVERTE DE LA FORET DOMANIALE DE LA COLLE DU ROUET

Nous emprunterons les sentiers de La Colle du Rouët premiers contreforts de l'Estérel à la découverte des gorges et pics rouges et ors qui façonnent ce magnifique paysage.



www.visitvar.fr/148372

Randonnée à la journée		
Départ	08h00	mercredi 30 septembre 2015

6 h | **650 m** | **20 km**

41

Accompagnée par
La Godasse Lorguaise



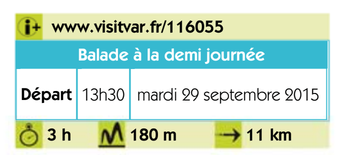
Info/Réservation
Point Info Tourisme Lorgues
04 94 73 92 37
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 24 septembre 2015

LORGUES



A LA DECOUVERTE DU PATRIMOINE LORGUAIS DE SAINT-JAUME A VIGNE-AUBIERE

Depuis la Chapelle de Saint Jaume, joli sanctuaire dédié à Saint Jacques, nous emprunterons le chemin médiéval pour partie sur le tracé historique du «Chemin de Compostelle et de Rome en Provence» jusqu'au lieu dit La Vigne-Aubière.



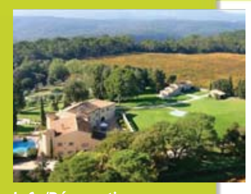
www.visitvar.fr/116055

Balade à la demi journée		
Départ	13h30	mardi 29 septembre 2015

3 h | **180 m** | **11 km**

41

Accompagnée par
La Godasse Lorguaise



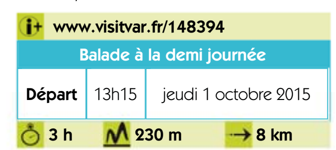
Info/Réservation
Point Info Tourisme Lorgues
04 94 73 92 37
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 24 septembre 2015

LORGUES



DU DOMAINE CHATEAU LES CROSTES AU CANAL DE SAINTE CROIX

Au départ du Château les Crostes, en provençal, crostes ou cros signifie grotte ou caverne ou simplement creux, nous emprunterons un long passage en bordure des vignes du domaine, puis en forêt pour atteindre la Borie des Maneous.



www.visitvar.fr/148394

Balade à la demi journée		
Départ	13h15	jeudi 1 octobre 2015

3 h | **230 m** | **8 km**

42

Accompagnée par
Les Randonneurs Dracéniens



Info/Réservation
Point Info Tourisme Lorgues
04 94 73 92 37
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015

SAINT-ANTONIN-DU-VAR

SAINT-ANTONIN - CHATEAU MENTONE

En 1954, Saint Antonin est la dernière commune créée dans le Var.

www.visitvar.fr/160757

Randonnée à la journée		
Départ	09h30	lundi 28 septembre 2015
4 h	**150 m**	**12 km**

43

Accompagnée par
Escapade Bleue



Info/Réservation
Point Info Tourisme Salernes
04 94 70 69 02
Inscription obligatoire
Avant le mardi 29 septembre 2015



SILLANS-LA-CASCADE

DE LA CASCADE DE SILLANS AU PONT ROMAN DE LA MUIE A SALERNES

Au pays de la Bresque, de points de vue en points de vue, cette balade sur les hauteurs entre Sillans et Salernes est une «croisière pour les yeux».

www.visitvar.fr/148519

Randonnée à la journée		
Départ	09h30	jeudi 1 octobre 2015
4 h	**150 m**	**12 km**

44

Accompagnée par
Les Randonneurs Dracéniens



Info/Réservation
Point Info Tourisme Vidauban
04 94 73 10 28
Inscription obligatoire
Avant le mardi 29 septembre 2015

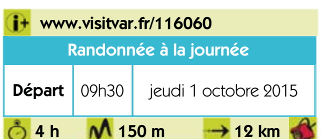


VIDAUBAN

LE CHATEAU ASTROS ET ENTRAYGUE

Dans la large vallée de l'Argens, appuyé sur les premiers contreforts de la Dracénie et faisant face au Massif des Maures, Le château d'Astros est un haut lieu d'histoire depuis le XIXème siècle.

www.visitvar.fr/116060



Randonnée à la journée		
Départ	09h30	jeudi 1 octobre 2015
4 h	**150 m**	**12 km**



visitvar.fr
PROVENCE - CÔTE D'AZUR

45

Accompagnée par
Maison des Lacs

Info/Réservation
Office de Tourisme Les Salles-sur-Verdon
04 94 70 21 84
Inscription obligatoire
Avant le jeudi 24 septembre 2015



AIGUINES

LE GRAND MARGES

Au départ du Col d'Illoire, l'ascension vers le Grand Margès se fait progressivement par le GR 99 et permet de multiples points de vue sur le lac de Sainte-Croix, les gorges du Verdon et le grand plan de Canjuers.

www.visitvar.fr/69633

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	samedi 26 septembre 2015

5 h | **600 m** | **15 km**

46

Accompagnée par
ASTV Tourtour Rando



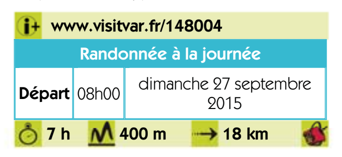
Info/Réservation
Office de Tourisme Tourtour
04 94 70 59 47
Inscription obligatoire
Avant le dimanche 20 septembre 2015



TOURTOUR

LES MOULIERES, ST PRIEST, NOTRE-DAME DE LIESSE

Départ les moulières (bas Claret) direction la chapelle St Priest, puis Dame de Liesse.



www.visitvar.fr/148004

Randonnée à la journée		
Départ	08h00	dimanche 27 septembre 2015

7 h | **400 m** | **18 km**

47

Accompagnée par
Club d'Animation Culturelle et Sportive



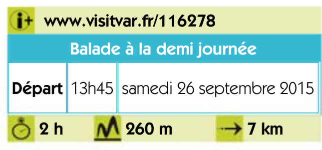
Info/Réservation
Office de Tourisme Villecroze
04 94 67 50 00
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015



VILLECROZE

DE LA VOIE ROMAINE A LA ROCHE DE BAUXITE

Passage par la voie romaine surplombant le village de Villecroze. Arrivée sous le village perche de Tourtour – vue exceptionnelle sur les collines du haut var et redescente à travers les terres rouges de bauxite qu'on extrayait pour fabriquer de l'aluminium



www.visitvar.fr/116278

Balade à la demi journée		
Départ	13h45	samedi 26 septembre 2015

2 h | **260 m** | **7 km**

47

Accompagnée par
Club d'Animation Culturelle et Sportive



Info/Réservation
Office de Tourisme Villecroze
04 94 67 50 00

Inscription obligatoire
Avant le samedi 26 septembre 2014

VILLECROZE

LES HAUTEURS DE VALCOLOMBE

Dénivelé significatif (avec cailloux) au départ pour une sortie assez ombragée.

www.visitvar.fr/116285

Balade à la demi journée		
Départ	13h45	dimanche 27 septembre 2015

2 h | **150 m** | **5 km**

47

Accompagnée par
Club d'Animation Culturelle et Sportive



Info/Réservation
Office de Tourisme Villecroze
04 94 67 50 00

Inscription obligatoire
Avant le mercredi 30 septembre 2015

VILLECROZE



LES HAUTEURS DU DOMAINE DE SAINT JEAN DE VILLECROZE

Petite randonnée familiale pour découvrir la faune et la flore du haut-var dans un cadre exceptionnel et très variée

www.visitvar.fr/147135

Balade à la demi journée		
Départ	13h45	jeudi 1 octobre 2015

1,30 h | **100 m** | **3 km**

47

Accompagnée par
Club d'Animation Culturelle et Sportive



Info/Réservation
Office de Tourisme Villecroze
04 94 67 50 00

Inscription obligatoire
Avant le jeudi 1er octobre 2015

VILLECROZE



CASCADE DE PAYSAGES A VILLECROZE

Très jolie randonnée via l'ancien sentier botanique, balade au dessus des domaines viticoles et vue sur la Commanderie du Ruou ayant appartenu aux Templiers.

www.visitvar.fr/135020

Balade à la demi journée		
Départ	13h45	vendredi 2 octobre 2015

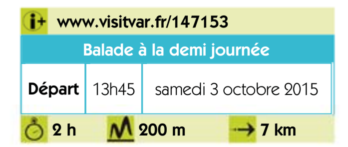
3 h | **250 m** | **8 km**

47

Accompagnée par
Club d'Animation Culturelle et Sportive



Info/Réservation
Office de Tourisme Villecroze
04 94 67 50 00
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 02 octobre 2015



VILLECROZE



AU DESSUS DES VIGNES
Une balade à travers l'ancien sentier botanique qui vous fera surplomber les domaines viticoles de la commune.

www.visitvar.fr/147153

Balade à la demi journée		
Départ	13h45	samedi 3 octobre 2015

2 h | **200 m** | **7 km**


Provence
Verte
visitvar.fr
PROVENCE - CÔTE D'AZUR

48

Accompagnée par
Club des randonneurs brignolais





BRIGNOLES

BRIGNOLES, L'EAU ET LE ROCHER DE GUEIT

Cette randonnée urbaine propose une découverte originale de la Cité des Comtes de Provence.

www.visitvar.fr/134806

Balade à la demi journée		
Départ	08h30	mardi 29 septembre 2015

3,15 h — **260 m** — **10 km**

Info/Réservation
Office de Tourisme
Provence Verte
04 94 72 88 27

Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015

49

Accompagnée par
Cotignac Rando





COTIGNAC

A LA DECOUVERTE DES ORATOIRES ET DES SOURCES

Après être passé à la chapelle NDG, nous prendrons le chemin de l'ancienne canalisation venant de Quinson et nous ferons une halte auprès de la Source Saint Martin.

www.visitvar.fr/147964

Balade à la demi journée		
Départ	13h30	samedi 26 septembre 2015

3,30 h — **315 m** — **10 km**

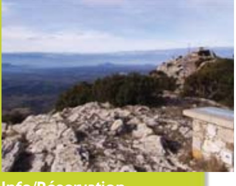
Info/Réservation
Office de Tourisme
Provence Verte - Antenne Cotignac
04 94 04 61 87

Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015

49



Accompagnée par
Cotignac Rando



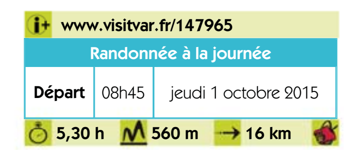




COTIGNAC

LE BESSILON SUR TOUS LES ANGLES

Après être passé près du Monastère Saint Joseph, le parcours empruntera la piste côté sud du Bessillon pour aller vers les stèles et le Jas qui a abrité les résistants.



www.visitvar.fr/147965

Randonnée à la journée		
Départ	08h45	jeudi 1 octobre 2015

5,30 h — **560 m** — **16 km**

Info/Réservation
Office de Tourisme
Provence Verte - Antenne Cotignac
04 94 04 61 87

Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015

50

Accompagnée par
Bol d'Air



Info/Réservation
Office de Tourisme
Provence Verte - Antenne
Nans-les-Pins
04 94 78 95 91
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25
septembre 2015



NANS-LES-PINS

LE CHEMIN DE LA GLACE ET LE CHEMIN DES ROYS
Nous vous proposons de découvrir une partie du territoire de la commune de Nans les Pins, village situé au cœur du massif de la Sainte Baume.

www.visitvar.fr/116099

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	vendredi 2 octobre 2015

6 h | **600 m** | **16 km**

51

Accompagnée par
Les Godasses en Folie

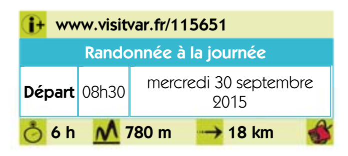


Info/Réservation
Office de Tourisme
Provence Verte
04 94 72 04 21
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre
2015



ROCBARON

SITES FORTIFIES AUTOUR DE ROCBARON
Randonnée au départ de Rocbaron permettant d'atteindre le château St Sauveur et les Oppida situés au sommet du Téméré et sur le plateau de Thèmes (Terres Blanches).



www.visitvar.fr/115651

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	mercredi 30 septembre 2015

6 h | **780 m** | **18 km**

52

Accompagnée par
La Foulée Zacharienne

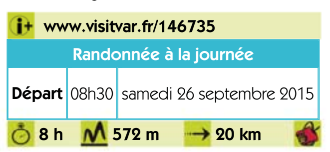


Info/Réservation
Office de Tourisme Saint-Zacharie
04 42 32 63 28
Inscription obligatoire
Avant le lundi 21 septembre
2015



SAINT-ZACHARIE

TOUR DU DEFENDS
La promenade est une boucle qui part des sources des Nayes (dans le village de Saint-Zacharie) et qui contourne la forêt du Défens au sud du Village.



www.visitvar.fr/146735

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	samedi 26 septembre 2015

8 h | **572 m** | **20 km**

52

Accompagnée par
La Foulée Zacharienne



Info/Réservation
Office de Tourisme Saint-Zacharie
04 42 32 63 28
Inscription obligatoire
Avant le samedi 26 septembre 2015

SAINT-ZACHARIE

LA CHAPELLE SAINT-CLAIR
A la découverte de la chapelle St Clair, et de son magnifique point de vue !

www.visitvar.fr/146742

Balade à la demi journée		
Départ	14h30	mercredi 30 septembre 2015
3 h	**300 m**	**7 km**

52

Accompagnée par
La Foulée Zacharienne



Info/Réservation
Office de Tourisme Saint-Zacharie
04 42 32 63 28
Inscription obligatoire
Avant le lundi 28 septembre 2015

SAINT-ZACHARIE



CIRCUIT DE LA MANTELETTE PAR TARDEAU
A la sortie du village, direction Plan d'Aups, retrouver le GR9 qui nous amène aux sources de l'Huveaune et remonte le vallon de la Mantelette par le plateau de Tardeau.

www.visitvar.fr/146734

Randonnée à la journée		
Départ	08h30	samedi 3 octobre 2015
8 h	**450 m**	**17 km**

53

Accompagnée par
Rando Tourves



Info/Réservation
Office de Tourisme Provence Verte
04 94 72 04 21
Inscription obligatoire
Avant le vendredi 25 septembre 2015

TOURVES



GORGES, CHATEAU ET CHAPELLES
Au départ du Musée des Gueules Rouges, montée vers la Chapelle St Probace et son panorama.

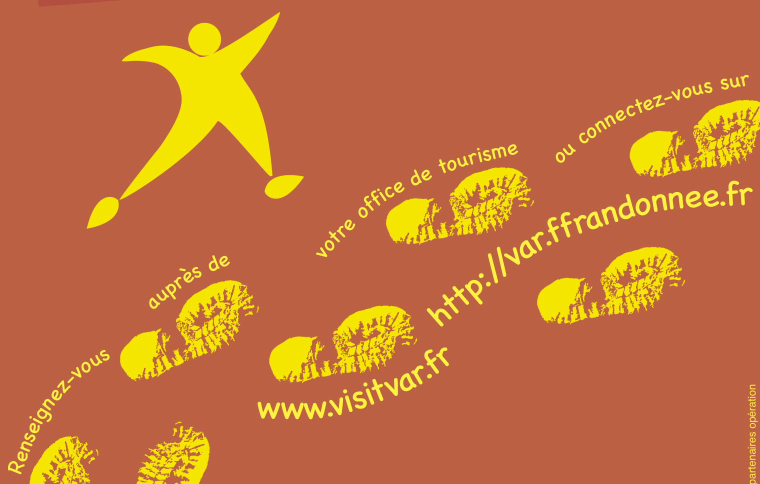
www.visitvar.fr/147950

Randonnée à la journée		
Départ	09h00	samedi 26 septembre 2015
5,30 h	**500 m**	**15 km**



Le Var
Semaine Varoise de la Randonnée Pédestre





Découvrir une nature authentique. Faire une balade en famille ou une grande randonnée...

du 26 **septembre** au 4 **octobre 2015**

Il y a mille façons de découvrir le Var à pied.
La variété de ses paysages et de son relief en fait un territoire idéal pour les amoureux de la marche,
les sportifs amateurs de dénivelé,
les familles et les botanistes qui prennent leur temps.

Conception Var Tourisme/r.dutech@vartourisme.org - Crédits photos : Pilou & partenaires opération







1, bd de Strasbourg • B.P. 5147 • 83093 TOULON cedex
Tél. : 04 94 18 59 60 - Fax : 04 94 18 59 61
www.visitvar.fr • Mél : info@vartourisme.org • mobile.visitvar.fr